

**Maria Treben, (1907–1991),**

**Autorin und Kräuter-/Heilpflanzenkundige**



Unsere bekannte Egerländerin wurde am 27. September 1909 als mittlere von drei Schwestern in Saaz geboren. Ihr Vater war der Zeitungsverleger und Druckereibesitzers Günzel. Ihre Mutter war Hausfrau. Als Maria 10 Jahre alt war, verlor sie bei einem tragischen Unfall, bei dem scheuende Pferde vor seinem Auto durchgingen, ihren Vater. Zwei Jahre später zog die Mutter mit ihren drei Töchtern nach Prag; Maria schloss hier 18-jährig das Lyzeum ab und fing zunächst als Praktikantin beim „Prager Tagblatt“ an; später bekam sie eine Anstellung in der Redaktion. Sie war dort 14 Jahre lang beschäftigt und arbeitete im Nebenberuf für den Schriftsteller Max Brod (1884-1968).

1939 dann, mit 32 Jahren, heiratete sie den Ingenieur der Oberösterreichischen Kraftwerke AG, Ernst Gottfried Treben. Das Ehepaar zog nach Kaplitz im Böhmerwald in

das Elternhaus ihres Mannes. Maria gab ihren Beruf auf und wurde Hausfrau. Einige Jahre später kam Kurt, der einzige Sohn, zur Welt.

Nach dem Krieg, Ende 1945, wurde die Familie Treben, wie viele andere Deutsche auch vertrieben und Ernst Treben kam in Gefangenschaft.

Maria und ihr kleiner Sohn verbrachten zwei Jahre lang in verschiedenen Flüchtlingslagern. Nach der Zeit im Lager lebte die Familie Treben in Österreich, zunächst im Mühlviertel und später bauten sie im oberösterreichischen Grieskirchen ein Haus, wo Maria Treben bis zu ihrem Tod gelebt hat.

Anfang 1947 erkrankte Maria Treben an einer schweren Infektionskrankheit des Bauchraumes. Mangels Medikamentenvorräten im eilends aufgesuchten Krankenhaus, befürchtete man, dass Maria Treben sterben würde. Ein engagierter Arzt ermunterte die Krankenschwestern jedoch, Schöllkraut zu sammeln, dessen Saft Maria Treben eingeflösst wurde. Ihr Zustand verbesserte sich schnell und im Laufe von Monaten genas sie wieder. Die besondere Liebe zum Schöllkraut hatte sie zeitlebens.

Anzumerken ist hierbei: Wegen der hochdosierten Anwendungsempfehlungen zu dieser leicht giftigen Pflanze musste sich Maria Treben auch vielen Kontroversen aussetzen.

Dazu Maria Treben in ihrem Buch „Aus meiner Hausapotheke“:

Meine Kritiker machen es sich zu leicht, wenn sie das Wissen unserer Vorfahren einfach als Quacksalberei abtun. Das Schöllkraut, diese grosse Heilpflanze, heißt im Volksmund Herrgottsblatt, Herrgottsgnade und Gottesgabe. Als einzige Pflanze hat es so großartige Prädikate bekommen. Und das ist doch sicherlich ein Zeichen dafür, dass es wirklich eine wertvolle Volksheilpflanze ist.

Ihr Leben lang hatte Maria Treben sich mit Heilpflanzen und der Natur beschäftigt, doch erst die Begegnung mit Richard Wilfort, einem Biologen, weckte die intensive Begeisterung für die Kräuterkunde in ihr.

1971, mit 64 Jahren, hielt Maria Treben ihren ersten Kräutervortrag vor kleinem Publikum. Im Laufe der Jahre wuchs die Zahl ihrer Zuhörer beständig an, bis sie, ab 1977, auch bei uns in Deutschland Vorträge hielt. Die Zuhörerschaft ging in die Tausende.

1980 erschien Maria Trebens erstes Buch: „Gesundheit aus der Apotheke Gottes“.

Es wurde in mehr als 20 Sprachen herausgegeben und erreichte eine Gesamtauflage von über acht Millionen Exemplaren.



Im Laufe der nächsten Jahre schrieb Maria Treben noch viele erfolgreiche Bücher und wurde zu einer weltweit bekannten Kräuterkundigen. Die Lehre der Maria Treben ähnelt der Lehre von Pfarrer Sebastian Kneipp; sie ist sehr stark von ihrem christlichen Glauben inspiriert. Ihr Schwerpunkt liegt jedoch vorwiegend auf den Kräutern.

Von klein auf wuchs Maria Treben mit Heilpflanzen auf. Sie nutzte sie vorwiegend auf der Basis der Erfahrungsheilkunde der ländlichen Bevölkerung. Daher sind es auch vor allem die heimischen Kräuter, die von ihr empfohlen werden. Diesen Schwerpunkt auf heimische Heilkräuter teilt Maria Treben mit Paracelsus (1493-1541), dem Schweizer Arzt und Naturforscher, dem die einheimischen Kräuter ein besonders wichtiges Anliegen waren. Ganz besonders schätzt Maria Treben den Schwedenbitter, auch Schwedenkräuter genannt. Hierbei handelt es sich um einen alkoholischen Auszug einer starken, aus folgenden 11 Kräutern bestehenden Kräutermischung: Aloe, Myrrhe, Safran, Sennesblätter, Naturkampfer, Zitwerwurzel, Manna, Eberwurzel, Angelikawurzel, Rhabarberwurzel und Theriak venezian. Man kann diesen Aufguss für vielerlei Zwecke einsetzen, vor allem in der äußerlichen Anwendung. Schwedenkräuter sind sozusagen eine Allround-Medizin. Die Schwedenkräuter und die daraus bereiteten Lebenselixiere erhielten ihren Namen von zwei schwedischen Ärzten, Dr. Claus Samst, Rektor der Medizin, und Dr. Urban Hjärne, die im 17. Jahrhundert lebten. Dr. Hjärne war Paracelsus Anhänger und hat sich zweifellos von ihm inspirieren lassen.

Man kann aber nicht ausschließen, dass seine Rezepturen bereits seine Vorfahren kannten, die sich durch fleißige Anwendung alle ein hohes Alter sicherten. Dr. Samst wurde 104 Jahre alt, bevor er bei einem Reitunfall ums Leben kam. Dr. Hjärne wurde 83 Jahre alt, was zur damaligen Zeit fast ein Wunder war.

Maria Treben ist ganz durchdrungen von ihrem christlichen Glauben und bringt auch die Pflanzenheilkunde (Pythotherapie) damit in enge Verbindung. Ihr Credo könnte lauten, dass Gott durch die Pflanzen heilt.

Am 26. Juli 1991 starb Maria Treben in Grieskirchen (Österreich) nach einem wahrhaft erfüllten Leben.

Gestatten Sie mir noch einige Zusätze, um deren Beachtung ich Sie bitten möchte: Maria Treben stellt in ihren Büchern Heilkräuter zwar wirkungsvoll, aber, weil „Naturprodukte“ - im Prinzip als harmlos dar. Heilpflanzen haben eine nachweisbare medizinische Wirkung und können daher, wie bei anderen Arzneien selbstverständlich, Nebenwirkungen aufweisen. Insbesondere bei wild gesammelten Pflanzen, ist der Gehalt an Inhaltsstoffen weder konstant noch kontrollierbar; auch sind diese Pflanzen mittlerweile oft

stark chemisch belastet. Überdosierungen sind wie bei allen Arzneimitteln möglich, und umweltbedingte Schadstoffe können nie ganz ausgeschlossen werden.

*Dr. Egon Ziegler*